ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№13 (45) ИЮЛЬ 2008

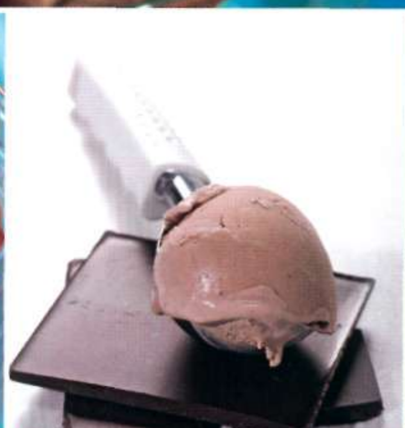
КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

мороженое



ISSN 1819-9488
9 771819 948005 08013








Дорогие друзья!
Многие из вас, наверное, думают, что приготовить мороженое в домашних условиях, да еще не имея специальной мороженицы, абсолютно невозможно. Очень даже возможно! На нашей редакционной кухне мы готовили мороженое много раз и уверяем вас, что домашнее намного вкуснее покупного. И возни с ним немного – ну, несколько раз перемешать. Так ведь в жаркий летний день лишний раз заглянуть в морозильник даже приятно.
А мы продолжаем ждать ваши рецепты овощных и фруктовых блинчиков. Четыре победителя этого конкурса получат в подарок блинницы Tefal два в одном.
Присылайте письма до 1 августа 2008 г.
Желаем здоровья и удачи.

Ваша редакция







условные обозначения

вегетарианское питание

легкие рецепты

блюда, которые подходят для детей

рецепты средней сложности

M≈
блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

*
полезный совет

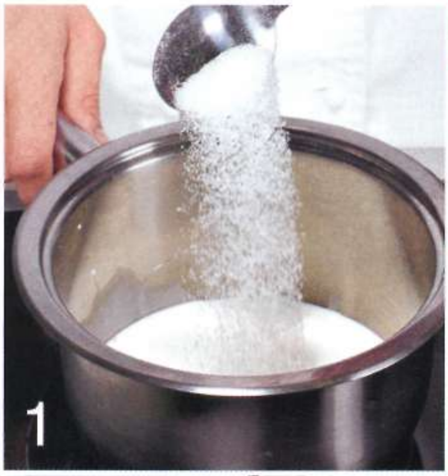
содержание

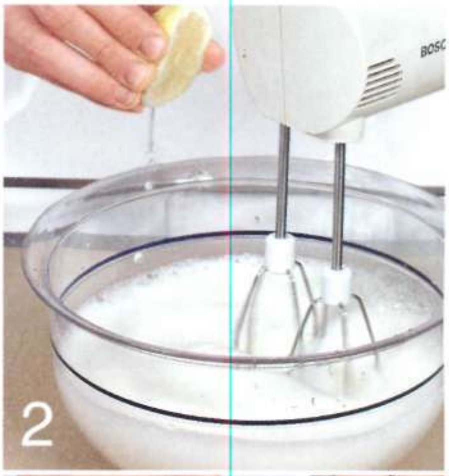




сливочный пломбир

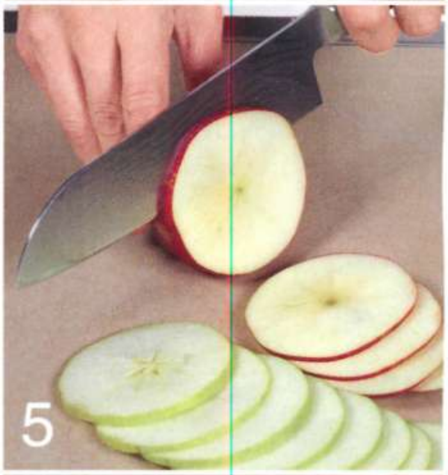
Это один из основных способов приготовления домашнего мороженого. Добавляя в него различные фруктовые пюре, вы можете, ничего не меняя в технологии приготовления, каждый раз получать новый вкус. А какие должны быть соотношения, вы узнаете из рецепта.

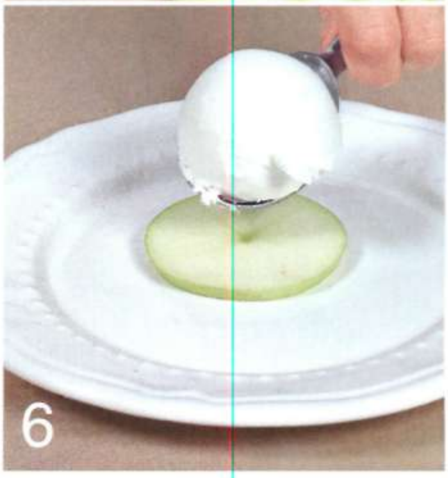












ЧТО НУЖНО:

- **300 мл** сливок жирностью 35%
- **3** яичных белка
- **0,5** лимона
- **80 г** сахарной пудры
- **100 г** сахара
- **0,3 ч. л.** ванильного сахара

Для подачи:

- **1** зеленое яблоко
- **1** красное яблоко
- **2 ст. л.** сахара
- сок 0,5 лимона

Время приготовления: 50 мин. + замораживание
Порций: 6
В 1 порции: 505 ккал,
белки – 4,0 г, жиры – 26,5 г, углеводы – 62,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сливки перелить в сотейник, добавить сахар и ванильный сахар, перемешать и проварить на медленном огне в течение 30 мин. Остудить и взбить с помощью миксера в пышную пену.

2 Взбить яичные белки с сахарной пудрой и соком лимона в плотную пену.

3 Аккуратно ввести взбитые белки во взбитые сливки и очень осторожно перемешать.

4 Накрыть миску с пломбиром пищевой пленкой и поставить в морозильную камеру. Через 3 ч вынуть, взбить замороженную массу миксером, вернуть в морозильник еще на 3 ч.

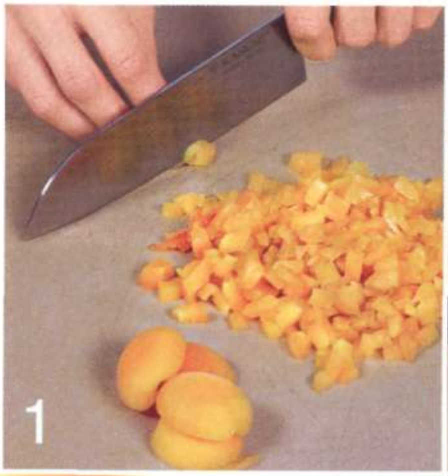
5 Яблоки вымыть и нарезать очень тонкими кружками. Сбрызнуть соком лимона, присыпать сахаром и перемешать.

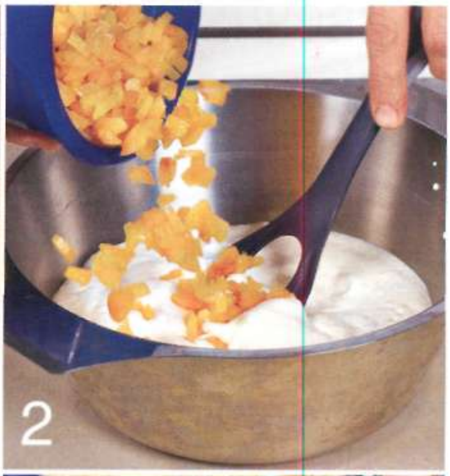
6 Сложить яблочные кружки парами – кружок зеленого и кружок красного яблока. Между каждой парой положить шарик мороженого.

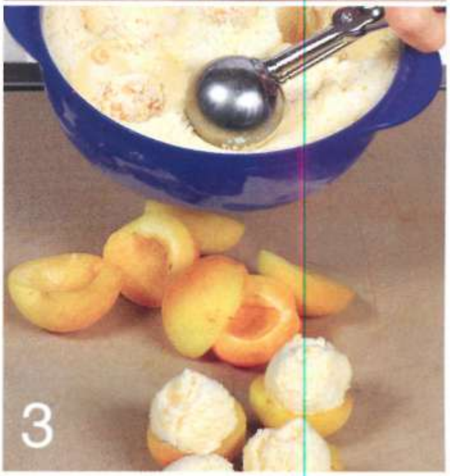
Можно присыпать натертым на терке шоколадом.

абрикосовый пломбир

Время приготовления: 45 мин. + замораживание
Порций: 10
В 1 порции: 197 ккал,
белки – 1,9 г, жиры – 10,5 г, углеводы – 23,5 г









ЧТО НУЖНО:

300 мл	сливок жирностью 35%
3	яичных белка
0,5	лимона
80 г	сахарной пудры
100 г	сахара
0,3 ч. л.	ванильного сахара
500 г	абрикосов

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Абрикосы вымыть, разрезать пополам и удалить косточки. Половину абрикосов отложить, оставшиеся мелко нарезать.

2 Приготовить сливочную массу, как описано в предыдущем рецепте. Добавить нарезанные абрикосы, перемешать и поставить в морозильную камеру. Взбивать, как описано в предыдущем рецепте.

3 Выложить мороженое в подготовленные половинки абрикосов и подать к столу.



ягодный семифредо



ЧТО НУЖНО:

- **3** белка
- **1 ст. л.** растворимого кофе
- **175 г** сахара
- **50 г** фундука
- **600 мл** сливок жирностью 35%
- **500 г** разных ягод

Время приготовления:
3,5 часа + замораживание
Порций: 10
В 1 порции: 324,2 ккал,
белки – 3,4 г, жиры – 24,2 г, углеводы – 23,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фундук обжарить, постоянно помешивая, на сухой раскаленной сковороде, 6 мин. Дать остыть, затем крупно порубить ножом. Белки взбить с растворимым кофе. Продолжая взбивать, постепенно всыпать сахар и фундук. Взбивать до плотной блестящей пены.

2 Выложить получившуюся меренговую массу слоем 2 см на противень, накрытый листом пергамента, и поставить в разогретую до 90 °С духовку на 3 ч. Вынуть из духовки и дать полностью остыть.

3 Ягоды вымыть и тщательно обсушить. Остывшую меренгу разломать на небольшие кусочки.

4 Взбить сливки в плотную пышную пену. Добавить кусочки меренги и очень осторожно перемешать.

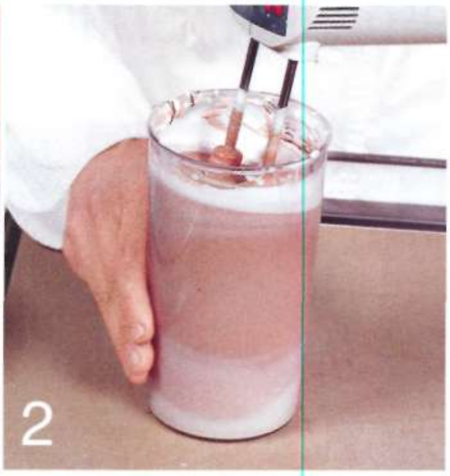
5 Разъемную форму диаметром 28 см застелить листом пергамента. Выложить в форму треть взбитых сливок с меренгами, сверху распределить ровным слоем половину ягод.

6 Выложить еще треть сливок и оставшиеся ягоды, затем оставшиеся сливки. Накрыть торт пищевой пленкой, сверху положить тарелку и слегка прижать. Поставить в морозильную камеру на сутки.

Торт может храниться в морозильнике до 1 месяца.

шоколадное мороженое







ЧТО НУЖНО:

300 мл	сливок
3	яичных белка
0,5	лимона
80 г	сахарной пудры
100 г	сахара
0,3 ч. л.	ванильного сахара
50 г	шоколада

Время приготовления:
40 мин. + замораживание
Порций: 4
В 1 порции: 509,8 ккал,
белки – 4,4 г, жиры – 30,6 г, углеводы – 54,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Половину шоколада разломать на куски. Сливки проварить с сахаром и ванильным сахаром на медленном огне, 20 мин. Добавить шоколад, варить 10 мин.

2 Остудить и взбить. Оставшийся шоколад натереть на терке, всыпать в миску со сливками. Взбить яичные белки с сахарной пудрой и соком лимона и добавить к сливкам. Осторожно перемешать.

Перелить в контейнер и поставить в морозильную камеру. Через 3 ч вынуть, взбить миксером и вернуть в морозильник еще на 3 ч.



мороженое-карамель

ЧТО НУЖНО:

5	желтков
125 г	сахара
300 мл	сливок жирностью 35%
200 мл	молока
150 г	шоколада (70%)
50 г	арахиса
0,5 ч. л.	соли

Время приготовления: 30 мин. + замораживание
Порций: 6
В 1 порции: 493,7 ккал,
белки – 7,9 г, жиры – 34,4 г, углеводы – 38,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желтки взбить венчиком. В сотейнике развести сахар в 3 ст. л. воды, готовить на среднем огне, не перемешивая, пока сахар не карамелизуется.

2 Снять с огня и осторожно (карамель может брызгаться!) добавить сливки. Влить молоко и готовить, помешивая, 1 мин. Влить в карамельную смесь взбитые желтки, вернуть на средний огонь и готовить, постоянно помешивая, 5 мин.

3 Дать остыть до комнатной температуры, затем перелить в пластиковый контейнер, накрыть и поставить в морозильную камеру на 1 ч.

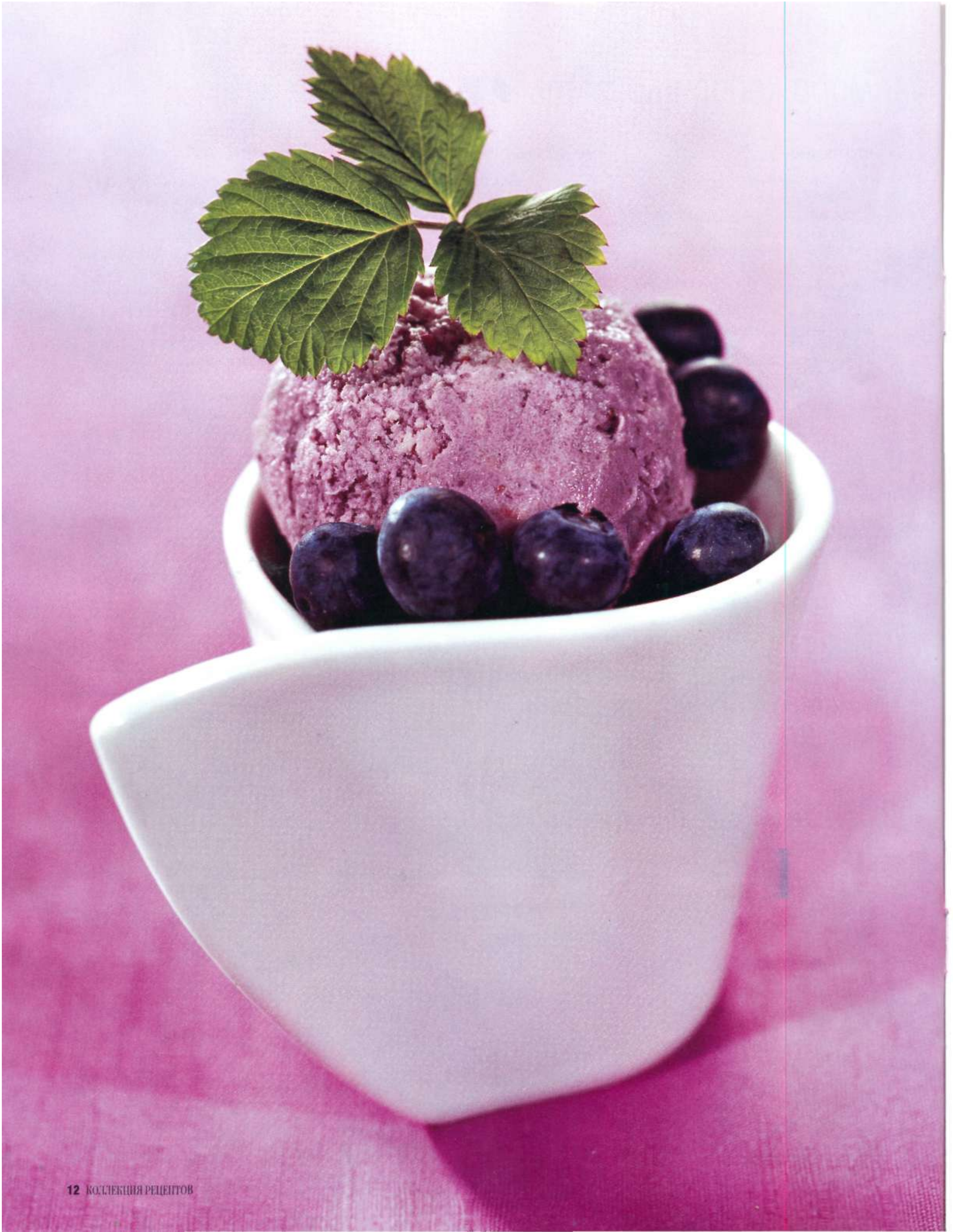
4 Арахис крупно порубить. Шоколад поломать на небольшие кусочки и растопить на водяной бане.

5 Разделочную доску застелить листом пергамента. Вылить шоколад, разровнять поверхность и присыпать арахисом, слегка вдавив его в шоколад. Посыпать солью и поставить в холодильник до полного застывания. Затем нарезать застывший шоколад длинными треугольниками.

6 Взбить застывшее мороженое миксером и поставить в морозильную камеру на 1 ч. Снова взбить миксером, накрыть и вернуть в морозильник до подачи на стол.

Подавать с шоколадными «пиками».

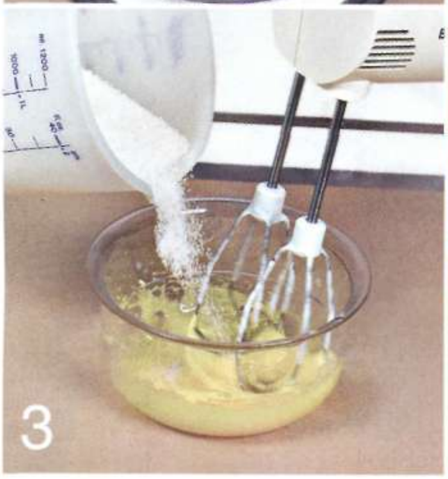




парфе из черники









*** Парфе – одна из разновидностей мороженого, в которую помимо сливок и белков добавляют еще и желтки, что делает массу более плотной и шелковистой. Поэтому, в отличие от мороженого, парфе не надо взбивать во время замораживания. Есть еще один способ приготовления этого десерта. О нем вы узнаете далее, из рецепта мятного парфе.**

*** Название происходит от французского слова parfait, что означает безукоризненный, великолепный. Парфе было любимым лакомством Австрийского императорского дома. Его и по сей день изумительно готовят в многочисленных кондитерских Вены. Прочитав рецепт, вы поймете, что запросто сможете сделать это сами.**

*** В качестве вкусовой и цветовой добавки вы можете использовать любые другие ягоды и фрукты. Лично нам очень нравится черника за тот потрясающий цвет, который она придает мороженому.**

ЧТО НУЖНО:

- **2** яйца
- **70 г** сахара
- **200 г** ягод черники
- **300 мл** сливок 33%
- **70 г** сахарной пудры
- **1** лимон

Время приготовления: 40 мин. + замораживание
Порций: 6
В 1 порции: 445,8 ккал,
белки – 4,9 г, жиры – 28,8 г, углеводы – 41,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чернику тщательно перебрать, вымыть, обсушить бумажными полотенцами и измельчить в блендере. Добавить в черничное пюре сок лимона. Перемешать.

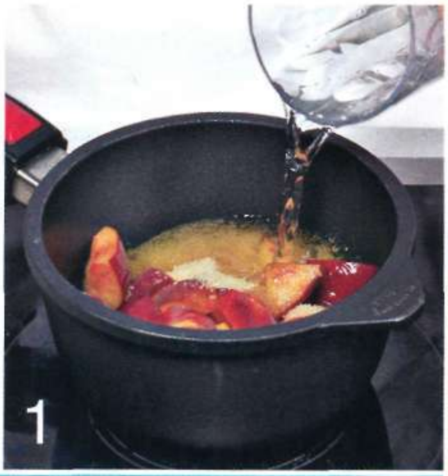
2 Отделить яичные желтки от белков. Белки перелить в жаростойкую посуду и слегка взбить с сахарной пудрой. Переставить на кастрюлю с кипящей водой (кастрюля должна быть чуть большего диаметра) и, постоянно взбивая венчиком, уваривать 5 мин. Снять с огня, переставить в миску, наполненную льдом, и продолжать взбивать, пока белки не загустеют. Дать остыть.

3 Желтки растереть с сахаром до появления пены. Сливки взбить миксером в густую пену. Добавить в желтки взбитые белки и сливки. Осторожно перемешать.

4 Ввести в смесь черничное пюре, аккуратно перемешать. Выложить парфе в пластиковый контейнер, накрыть крышкой или пленкой и поставить в морозильную камеру на 5 ч.

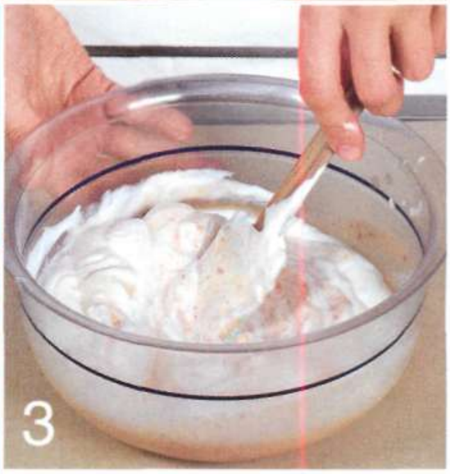
персики с йогуртом

Время приготовления: 20 мин. + замораживание
Порций: 4
В 1 порции: 223,2 ккал,
белки – 3,5 г, жиры – 1,8 г, углеводы – 48,2 г









ЧТО НУЖНО:

6	персиков
6 ст. л.	сахара
2 ст. л.	воды
1 ч. л.	молотого кардамона
200 мл	натурального йогурта

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Персики вымыть, разрезать пополам и удалить косточки. Мякоть крупно порезать. Сложить в сотейник, добавить кардамон, сахар и воду. Накрыть крышкой и готовить 10 мин. Дать остыть.

2 Переложить персики в блендер и измельчить в пюре. Затем протереть через сито.

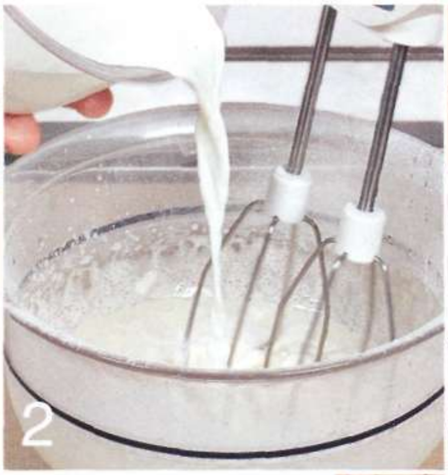
3 Добавить йогурт, перемешать. Выложить в миску, накрыть и поставить в морозильную камеру на 2 ч.

Ложкой для мороженого сделать шарики и выложить на блюдо.



фисташковое парфе











КСТАТИ

Интенсивность цвета этого парфе зависит от количества фисташек. Если хотите, чтобы цвет был ярче, увеличьте количество орехов до 150 г. По этому рецепту можно приготовить мороженое и из других орехов. Парфе из грецких орехов получается приятного темно-кремого цвета.

ЧТО НУЖНО:

4	желтка
75 г	сахара
1 ст. л.	крахмала
300 мл	молока
120 г	фисташек
300 мл	сливок жирностью 33%
6	вафельных рожков

Время приготовления:
2 часа 20 мин. + замораживание
Порций: 6
В 1 порции: 439,1 ккал,
белки – 9,0 г, жиры – 32,1 г, углеводы – 28,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желтки взбить миксером с сахаром и крахмалом в однородную массу.

2 Молоко подогреть, не доводя до кипения, и, продолжая взбивать, тонкой струйкой, очень аккуратно, влить в смесь.

3 Поставить миску на кастрюлю со слабо кипящей водой (температура нагрева плиты должна быть минимальной) и готовить, постоянно размешивая венчиком, пока смесь не загустеет. Снять с огня, дать остыть до комнатной температуры, затем переставить в холодильник на 2 ч.

4 Фисташки очистить от скорлупы и измельчить в блендере. Не выключая блендер, добавить 2 ст. л. сливок. Взбивать 30 сек. Оставшиеся сливки поставить на водяную баню и, постоянно взбивая венчиком, довести до кипения. Сразу же снять с огня. Добавить фисташки, перемешать и дать остыть.

5 Ввести сливки с фисташками в замороженную молочно-желтковую смесь, перемешать и вернуть в холодильник на 3 ч.





замороженная нуга

ЧТО НУЖНО:

50 г	очищенного фундука
50 г	очищенных фисташек
50 г	цукатов
3	желтка
2 ст. л.	белого сухого вина
6 ст. л.	сахара
1 ст. л.	крахмала
200 мл	молока
300 мл	сливок жирностью 9%
300 мл	сливок жирностью 33%

Время приготовления: 40 мин. + замораживание
Порций: 8
В 1 порции: 467,2 ккал,
белки – 7,6 г, жиры – 34,3 г, углеводы – 32,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фундук обжарить на сухой разогретой сковороде, 7 мин. Ножом порубить фундук, фисташки и цукаты в крупную крошку.

2 Взбить желтки с вином, сахаром и крахмалом. Молоко довести до кипения, но не кипятить. Влить молоко в желтковую смесь, тщательно перемешать. Поставить на слабый огонь и готовить, постоянно взбивая, 3 мин. Снять с огня и дать полностью остыть.

3 Смешать оба вида сливок и взбить их в пышную пену.

4 Аккуратно ввести в молочную смесь.

5 Очень осторожно добавить орехи и цукаты.

6 Прямоугольную форму застелить пищевой пленкой так, чтобы ее края свешивались. Положить на дно лист пергамента. Выложить мороженое, накрыть вторым листом пергамента и краями пленки. Поставить в холодильник минимум на 4 ч.

Перед подачей вынуть мороженое за края пленки из формы, нарезать порционными кусками.

сорбе из дыни и йогурта

ЧТО НУЖНО:

400 г мякоти дыни
500 мл натурального йогурта
150 мл меда

Время приготовления: 15 мин. + замораживание
Порций: 8
В 1 порции: 114,4 ккал,
белки – 2,0 г, жиры – 2,0 г, углеводы – 22,1 г

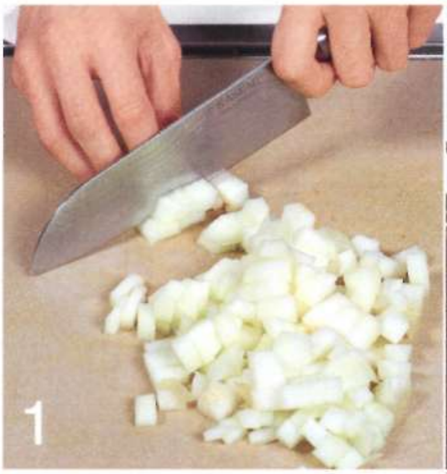
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Дыню нарезать кубиками размером 1,5–2 см.

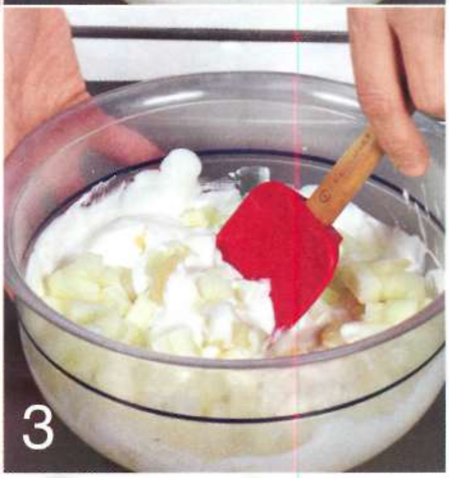
2 Йогурт тщательно перемешать с медом.

3 Добавить кусочки дыни, еще раз перемешать. Переложить в пластиковый контейнер и поставить в морозильную камеру на 2 ч. Вынуть из заморозки, перемешать и вернуть обратно еще на 2 ч.

Разложить по порционным вазочкам и подать к столу.









сорбе из лайма с чили

ЧТО НУЖНО:

- **200 г** светло-коричневого сахара
- **1** небольшой красный перчик чили
- **6** лаймов
- **1** большой белок

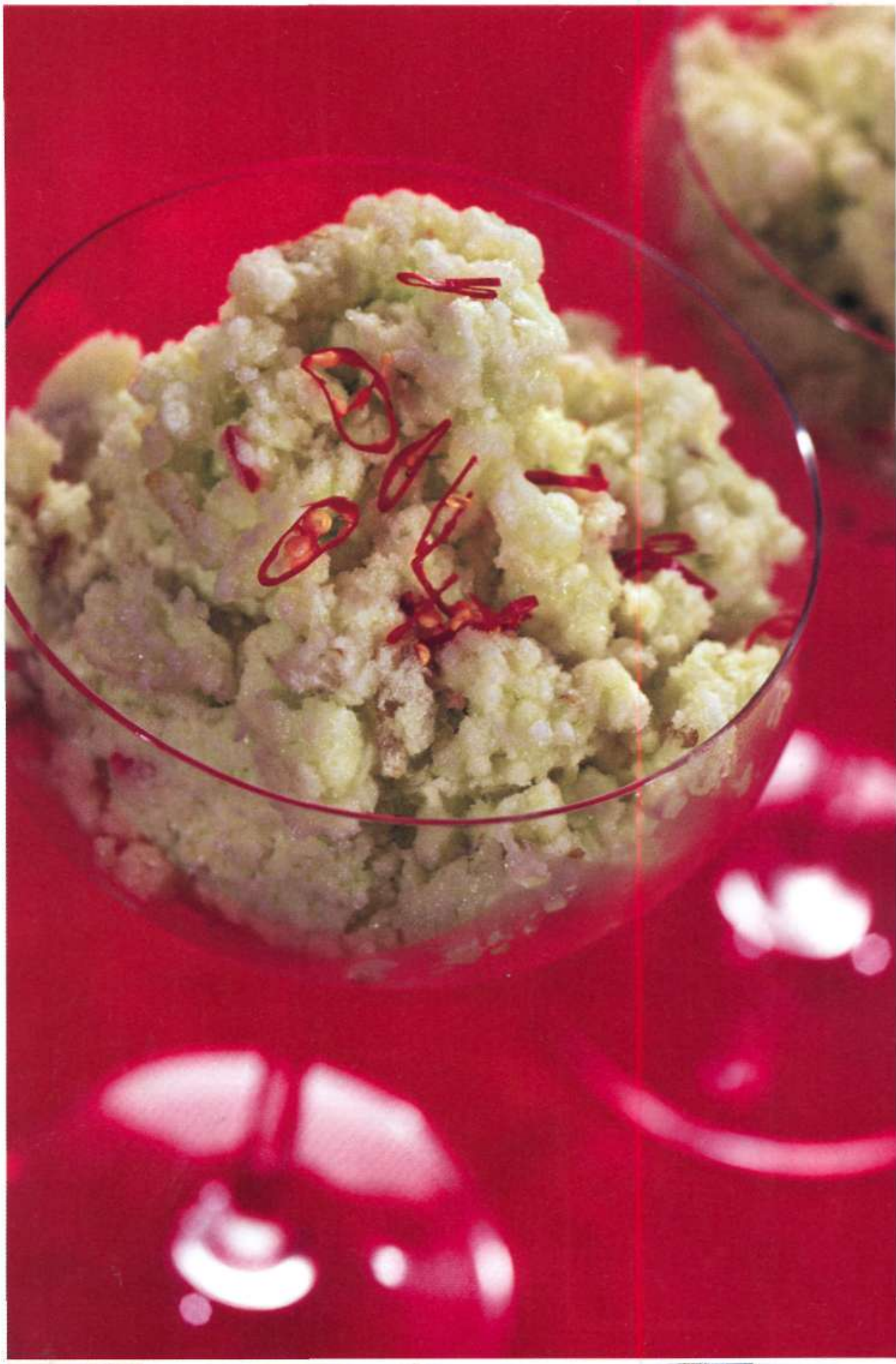
Время приготовления: 15 мин. + замораживание
Порций: 6
В 1 порции: 206,1 ккал,
белки – 0,9 г, жиры – 0, углеводы – 50,6 г

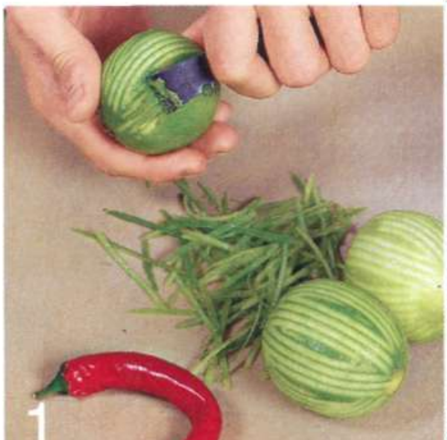
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Перчик вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевину. Мякоть измельчить. С двух лаймов снять цедру.

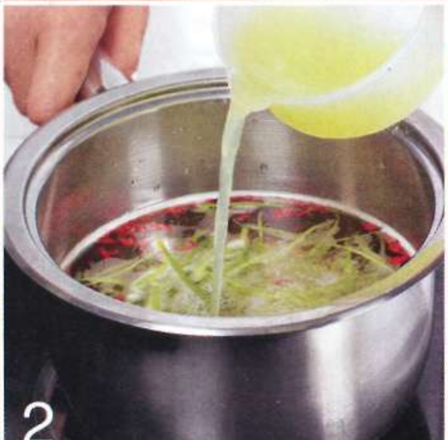
2 Сахар растворить в 300 мл воды, добавить измельченный перец и довести до кипения. Снять с огня, добавить цедру лаймов, перемешать. Из всех лаймов выжать сок и добавить в подготовленный сироп. Переложить в пластиковый контейнер, накрыть и поставить в морозильную камеру на 4 ч.

3 Белок взбить в мягкую пену. Сорбе вынуть из морозильника, интенсивно перемешать, добавить взбитый белок, еще раз перемешать и вернуть в заморозку на 4–6 ч.

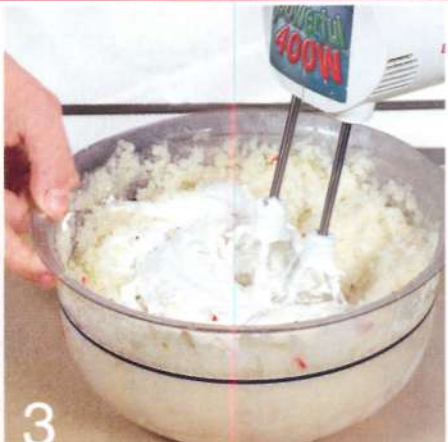




1



2



3



мятное парфе

Это еще один способ приготовления парфе. Для большей плотности в сливочную смесь добавляют желатин.



ЧТО НУЖНО:

- **100 г** мяты
- **100 г** сахара
- **100 мл** воды
- **10 г** желатина
- **300 мл** сливок жирностью 35%
- **3** яичных желтка
- **2 ст. л.** белого сухого вина

Время приготовления: 40 мин. + замораживание
Порций: 8–10
В 1 порции: 422,1 ккал,
белки – 10,4 г, жиры – 30,0 г, углеводы – 27,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Мяту вымыть и обсушить. Несколько красивых веточек отложить для украшения десерта. Развести сахар в воде и довести до кипения. Добавить оставшуюся мяту и варить 2 мин. Снять с огня и взбить в блендере до состояния жидкого пюре.

2 Протереть мятное пюре через сито.

3 Желатин замочить в небольшом количестве холодной кипяченой воды. Когда он набухнет, смешать его с мятным пюре, поставить на водяную баню и варить, постоянно помешивая, до полного растворения желатина. Снять с огня.

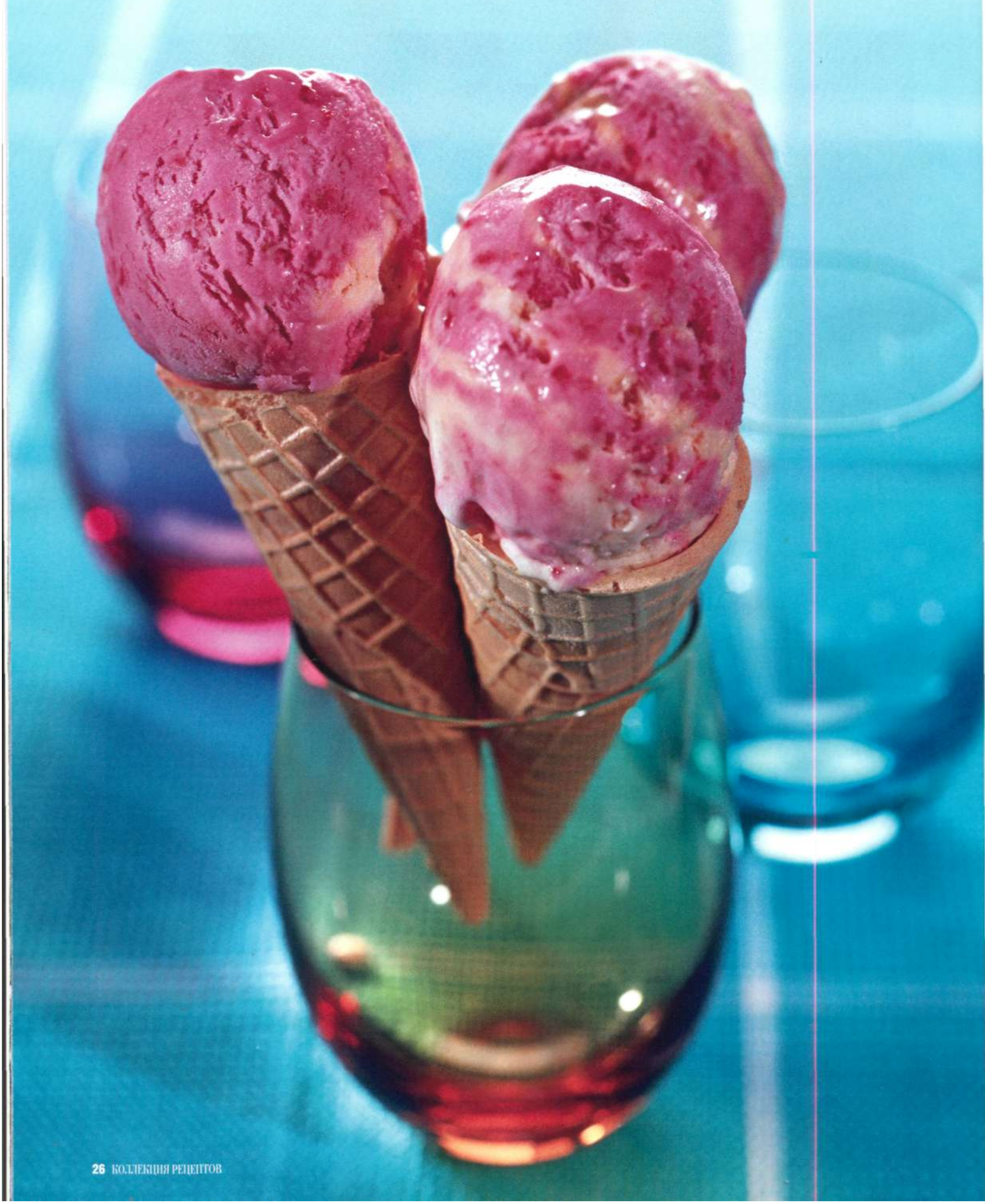
4 Растереть желтки с сахаром. Поставить на водяную баню и взбивать венчиком, пока желтки не загустеют. Снять с огня и поставить в миску со льдом. Влить вино и продолжать взбивать, пока не появится пена.

5 Взбить сливки в плотную пену.

6 Соединить мятное пюре со взбитыми желтками и сливками, перемешать, разложить по формочкам и поставить замораживаться на 5 ч.

Перед подачей украсить свежими веточками мяты.





клубнично-ванильное парфе

Время приготовления: 45 мин. + замораживание
Порций: 8
В 1 порции: 568,2 ккал,
белки – 7,1 г, жиры – 39,4 г, углеводы – 46,3 г

ЧТО НУЖНО:

Для клубничного мороженого:

- **350 г** клубники
- **100 г** сахара
- **2** желтка
- **300 мл** сливок жирностью 35%
- **1 ст. л.** лимонного сока

Для ванильного мороженого:

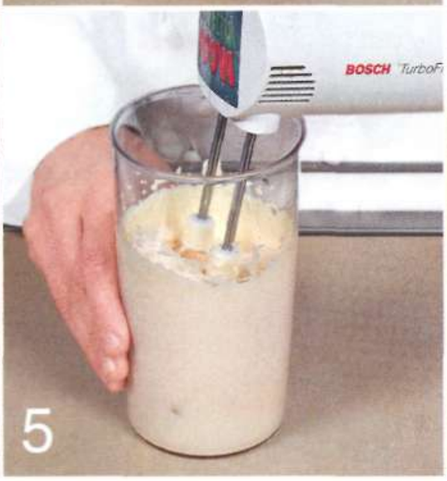
- **250 мл** молока
- **250 мл** сливок жирностью 35%
- **1** стручок ванили
- **5** желтков
- **125 г** сахара

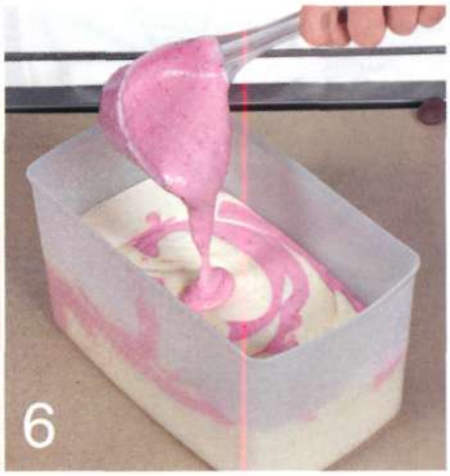












ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Клубнику вымыть и измельчить в блендере в пюре, затем протереть через сито.

2 Сливки довести до кипения и тонкой струйкой влить в желтковую массу. Поставить на небольшой огонь и готовить, постоянно помешивая, 4 мин. Переложить в миску, дать остыть.

3 Добавить клубничное пюре и лимонный сок. Перемешать, накрыть и поставить в морозильную камеру на 4 мин., периодически перемешивая.

4 В сотейнике смешать молоко со сливками, положить ваниль и довести до кипения. Снять с огня, накрыть и оставить на 15 мин. Ваниль удалить.

5 Взбить желтки с сахаром, влить молочно-сливочную смесь. Готовить на небольшом огне помешивая, 4 мин. Переложить в миску, дать остыть, после чего поставить в морозильную камеру на 4 мин., периодически перемешивая.

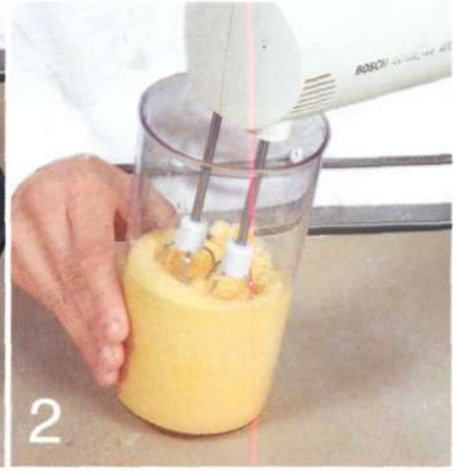
6 Столовой ложкой выкладывать в пластиковый контейнер по очереди клубничное и ванильное мороженое. Сделать по поверхности 2–3 круговых движения, затем разровнять поверхность, контейнер накрыть и вернуть в морозильник.

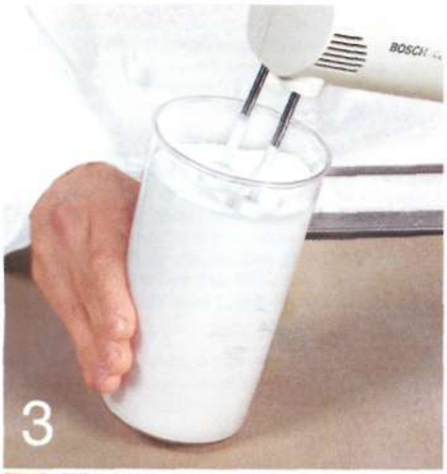


торт-парфе с «амаретто»

Время приготовления: 30 мин. + замораживание
Порций: 8
В 1 порции: 398,1 ккал,
белки – 4,7 г, жиры – 17,4 г, углеводы – 55,6 г













ЧТО НУЖНО:

225 г	бисквитного печенья
75 мл	ликера «Амаретто»
5	желтков
125 г	сахара
300 мл	сливок жирностью 35%
200 г	летних ягод
100 г	сахара
100 мл	воды

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Печенье наломать небольшими кусочками, смешать с 2 ст. л. «Амаретто» и оставить на 10 мин., чтобы ликер пропитал бисквит. Дно разъемной формы диаметром 20 см застелить пергаментом. Выложить подготовленные кусочки печенья так, чтобы дно было полностью закрыто. Плотно прижать их руками.

2 Миксером взбить желтки с сахаром, добавить оставшийся ликер.

3 В другой миске взбить сливки в плотную пену.

4 Аккуратно смешать взбитые желтки со взбитыми сливками.

5 Выложить получившуюся смесь в форму, накрыть пищевой пленкой и поставить в морозильную камеру на ночь.

6 Ягоды перебрать, вымыть и обсушить.

*** Это может быть смесь любых летних ягод – клубники, малины, ежевики, земляники и т.д.**

В сотейник влить воду, добавить сахар и готовить на среднем огне, помешивая, пока сахар полностью не растворится. Добавить ягоды, уменьшить огонь до минимума и варить 4 мин. Дать остыть.

Парфе вынуть из формы, положить на блюдо и нарезать порционными кусками. Полить каждый кусок ягодами в сиропе.

следующий выпуск: горячие блюда с летними ягодами

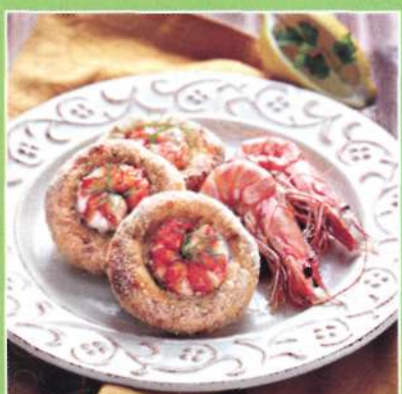


новый номер выйдет 21 июля

в новом журнале «ШКОЛА ГАСТРОНОМА»

№14 (112) июль 2008

- салат с малиной
- калифорнийский суп с авокадо
- зразы с креветками
- джамбалайя
- рулет с малиной
- ягодный дайкири







ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№ 13(45), июль 2008
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова

главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Александр Ильин, Алла Сергеева, Анна Туревская
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Ольга Козырева, Елена Кузьмичева, Елена Матвеева, Марина Мешкова, Жанна Русакова (заместитель директора), тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, Надежда Лыжникова, тел.: (495) 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Евгений Евтушенко (зам. директора), Андрей Телингатер, Александр Шалимов (менеджеры по Москве), Наталья Симонова, Наталия Писклина (менеджеры по регионам) тел.: (495) 725-1070 факс: (495) 725-1070, доб. 5108
Подписка: тел.: (495) 792-5562

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс» тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела), Любовь Попова, Виктор Фролкин

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 213 200 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №ФС77-25033 от 29.06.2006 г.
Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов.